

Doporučení pro lymfomové pacienty pro aktuální období pandemie ke dni 12.3. 2020

Vážené pacientky, vážení pacienti,

situace stran **koronavirové infekce** je velmi dynamická, nové informace se objevují prakticky každým dnem, rozšiřuje se oblast izolací, ruší se celá řada akcí atd.

Situace onkologicky nemocných a zejména seniorů je jistě specifická, některá opatření ale mají obecný charakter a netýkají se jen nynějšího problému s koronavirem (ale měla by být zcela stejná např. při každoroční chřipkové epidemii !!!)

a) snažte se maximálně omezit pobyt mezi ostatními lidmi (nákupy atd.), zůstávejte doma, jezte dostatek zeleniny, ovoce

b) vyvarujte se kontaktu s příbuznými/známými, kteří buď byli v některé z rizikových oblastí (stačí po 2 týdny od návratu) nebo trpí jakoukoliv jinou respirační infekcí (to kdykoliv)

c) zatím není obecná povinnost nosit roušky/respirátory venku, může se tak ale do budoucna stát; pokud ale omezíte svůj pobyt mezi ostatními lidmi, roušky ani respirátory zatím nepotřebujete

d) neexistuje zatím žádný nárok na ochranné pomůcky, ani pro onkologické nemocné, ale situace se může brzy změnit; pokud máte vlastní roušku nebo na odd., kam chodíte, jsou k dispozici, vezměte si ji po dobu pobytu na klinice. Pokud to Váš zdravotní stav umožní, mezi odběry krve a návštěvou ambulance specialisty klidně odejděte mimo ostatní pacienty, např. ven nebo si sedněte do větších prostor (foyer atd.)

e) na většině oddělení/klinik jsou k dispozici desinfekční aplikátory u vstupu na kliniku/oddělení - je vhodné, abyste si ruce omyli při vstupu a při odchodu, snižuje to riziko nákazy (jakékoliv, nejen koronavirové)

f) chodte do nemocnice, pokud je to opravdu nutné; u celé řady kontrol je možné návštěvu posunout o několik týdnů (zavolejte svému lékaři)

g) většina nemocnic i omezuje provoz v ambulantním režimu pouze na nemocné, kteří musí dorazit (aplikace terapií atd.); nutno poznamenat, že i celá řada chronických aplikací lze odložit o několik dnů/týdnů. U každé návštěvy by mělo být Vámi/Vaším lékařem zváženo, zda je větší riziko nebo přínos z této návštěvy -komunikujte s Vaším lékařem spíše telefonicky, pokud to lze.

h) rozhodnutí, zda při onkologické léčbě máte/můžete například chodit do zaměstnání, je bohužel čistě individuální. V případě onkologického nemocného bychom ale spíše nedoporučovali chodit do práce (z důvodů uvedených výše) a využít práce z domu nebo se domluvit se zaměstnavatelem jinak

Celkově bychom ale rádi naše nemocné uklidnili, i přes obrovské množství informací, které se na nás všechny valí ze všech médií, stoupajících počtech nemocných atd.se **chovejme**

rozumně. Situace není taková, že by nemělo docházet k žádnému kontaktu mezi lidmi, že bychom se měli všichni 100% izolovat atd. Stres a strach jsou obecně špatnými rádci a situaci spíš komplikují. Chovejme se rozumně, zodpovědně, ale nutno si uvědomit, že:

- každoroční epidemie chřipky má bohužel za následek cca 1500 - 2000 životů/rok jen v České republice; na koronarovirovou infekci v ČR zatím nikdo nezemřel a průběh onemocnění je ve většině případů lehký
- ze světových dat je patrné, že již více jak polovina případů nemocných se definitivně vyléčila !!!

Přesto berme veškerá doporučovaná opatření vážně, žádná vláda ani ministr ale sám o sobě situaci nevyřeší - zcela zásadní je **zodpovědný, ale i rozumný přístup každého z nás.**

Velmi pěkně je celá aktuální problematika shrnuta na:

<https://video.aktualne.cz/dvtv/prymula-muzeme-naridit-povinne-noseni-rousek-skoly-zustanou/r~318eede0631d11ea8972ac1f6b220ee8/>

Za Kooperativní lymfomovou skupinu MUDr.David Belada, Ph.D.